

Qigong-Einführungskurs

Wenn Sie sich erstmals für Qigong interessieren, empfehle ich Ihnen mit einem Einführungskurs zu beginnen. Im Laufe von zwei Tagen bekommen Sie eine Vorstellung davon, was Qigong ist und wie es wirkt und Sie erlernen eine Übungsabfolge von etwa einer halben Stunde, mit der Sie selbständig üben können.

18./19. September 2010

Samstag und Sonntag 10.00 bis 17.00 Uhr

Zentrum Wendepunkt, Wien 7, Lindengasse 37/6

Kursbeitrag: € 180,-

Inhalt: Einführung in die Prinzipien des Qigong, die Fanhuangong-Übungen und das Qigong Gehen nach Frau Guo Lin, Ruhiges Qigong im Stehen und im Sitzen, Anmo (Selbstmassage).

Qigong Kurs zum Üben am Montagabend

Montag, 20.00 bis 21.30 Uhr, 12 Abende

Erster Kurstag: 4. Oktober 2010

Zentrum Wendepunkt, Wien 7, Lindengasse 37/6

Kursbeitrag: € 180,-

Inhalte: Qigong Gehen nach Frau Guo Lin, Fanhuangong Übungen, ruhiges Qigong im Stehen und im Sitzen, Anmo.

Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs ist die Teilnahme an einem Einführungskurs.

Leitung aller Kurse Dr. Wolfgang Kernbauer

Anmeldung auch telefonisch unter 01/470 22 99

Für die Beantwortung von Fragen stehe ich Ihnen gerne unter kontakt@kernbauer.net zur Verfügung.

Weitere Informationen zum Thema Qigong finden Sie auf www.kernbauer.net unter [Qigong](#)
[Qigong-Achtzehn Frage](#)